

Согласованно
 начальник отдела по надзору за условиями
 воспитания, обучения и питанием
 населения управления Роспотребнадзора
 по Омской области

Утверждаю
 директор БОУ г.Омска _____

_____ М.Н. Бойко

Цикличное 24х - дневное меню
 горячих завтраков и обедов для обучающихся 1-4х классов на 2020 учебный год

Номер по сборнику рецепт	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Mg	P	Fe	Ca
1 неделя														
1 день (понедельник)														
Завтрак														
215/2/011	Омлет натуральный на молоке	155(150/5)	16.464	21.545	2.309	268.954	0.216	0.000	1.542	2.010	1.455	0.000	0.150	73.875
тпп	Батон нарезной	30	1.980	0.270	13.980	66.300	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
1203/3/1009	Чай с сахаром	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	38.490	0.000	0.100	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	5.150
тпп	Фрукт свежий: Яблоко	180	0.720	0.000	20.340	82.800	0.018	18.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	28.800
Итого за Завтрак:		565	19,36	21,82	46,68	456,54	0,23	18,10	1,54	2,01	1,46	0,00	0,15	107,83
Обед														
25/634/1009	Овощи порционные (огурец)*	40	0.280	0.000	0.720	4.000	0.000	4.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	9.200
306/3/1009	Суп гороховый	250	5.900	5.440	20.960	152.850	0.071	11.500	0.000	3.483	1.940	0.000	0.200	45.900
стр 483/200	Соус "Бешамель"	50	1.288	2.809	2.971	42.545	0.000	0.000	0.015	0.000	0.388	0.000	0.040	2.690
876/2/1998	Макаронник с печенью	190(150/40)	17.606	13.998	46.038	370.000	0.293	20.976	4.959	7.339	0.388	0.000	0.040	21.196
тпп	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.360	18.760	92.400	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	9.200
1113/3/1998	Компот из сухофруктов с вит.С	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	110.700	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.300
Итого за Обед:		770	28,75	22,61	118,02	772,50	0,36	36,48	4,97	10,82	2,72	0,00	0,28	88,49
Итого за день:		1335	48,12	44,42	164,70	1229,04	0,60	54,58	6,52	12,83	4,17	0,00	0,43	196,31
2 день (вторник)														
Завтрак														
25/635/1998	Овощи порционные (помидор)*	40	0.240	0.000	1.160	5.600	0.024	10.000	0.000	0.156	0.000	0.000	0.000	5.600
тпп/104/4/3/199	Тефтели с говядиной тушеные в сметанном соусе	105(55/50)	7.766	10.626	8.214	165.382	0.000	0.053	0.028	1.876	0.679	0.000	0.070	19.120
946/2/1	Картофельное пюре на молоке с	135(130/5)	2.817	4.584	19.924	131.342	0.133	22.230	0.030	0.111	0.840	0.000	0.087	15.915

	Завтрак													
548/1/1	Каша молочная с маслом***	155(150/5)	5.002	6.914	23.558	171.347	0.000	0.000	0.030	0.000	0.728	0.000	0.075	16.370
8/3/199	Бутерброд с маслом, сыром	40(25/5/10)	4.275	6.460	11.695	122.600	0.000	0.280	0.051	0.000	0.000	0.000	0.000	104.600
1203/3/	Чай с сахаром	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	38.490	0.000	0.100	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	5.150
тпп	Фрукт свежий: Яблоко	180	0.720	0.000	20.340	82.800	0.018	18.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	28.800
	Итого за Завтрак:	575	10,20	13,37	65,64	415,24	0,02	18,38	0,08	0,00	0,73	0,00	0,08	154,92
	Обед													
25/635/	Овощи порционные (помидор)*	40	0.240	0.000	1.160	5.600	0.024	10.000	0.000	0.156	0.000	0.000	0.000	5.600
307/3/1 998	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.840	2.596	22.145	120.278	0.118	16.500	0.000	1.842	0.970	0.000	0.100	22.450
тпп	Котлета куриная запеченая с маслом	80(75/5)	11.430	12.248	9.446	193.723	0.000	0.000	0.030	0.670	0.970	0.000	0.100	5.450
946/2/1	Картофельное пюре на молоке с	135(130/5)	2.817	4.584	19.924	131.342	0.133	22.230	0.030	0.111	0.840	0.000	0.087	15.915
тпп	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.360	18.760	92.400	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	9.200
1113/3/	Компот из кураги с вит. С	200(185/15)	0.500	0.000	28.150	110.500	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.300
	Итого за Обед:	745	20,87	19,79	99,59	653,84	0,28	48,73	0,06	2,78	2,78	0,00	0,29	58,92
	Итого за день:	1320	31,06	33,16	165,23	1069,08	0,29	67,11	0,14	2,78	3,51	0,00	0,36	213,84
	8 день (вторник)													
	Завтрак													
25/634/	Овощи порционные (огурец)*	30	0.210	0.000	0.540	3.000	0.000	3.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	6.900
303/201 1	Курица тушеная с морковью (филе)	110(45/25/40)	13.035	18.536	5.686	244.196	0.021	2.410	0.028	2.190	0.776	0.000	0.080	39.977
931/3/1	Гречка отварная с маслом	135(130/5)	7.625	5.185	40.845	230.450	0.000	0.000	0.030	0.000	0.291	0.000	0.030	14.055
тпп	Хлеб пшеничный	25	1.900	0.225	11.725	57.750	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	5.750
54-13гн	Чай с малиной с сахаром	200(172/15/13)	0.318	0.000	14.392	55.849	0.013	2.739	0.001	0.113	3.450	4.500	0.114	8.761
	Итого за Завтрак:	500	23,09	23,95	73,19	591,25	0,03	8,15	0,06	2,30	4,52	4,50	0,22	75,44
	Обед													
316/3/1	Суп крестьянский с крупой	250	2.101	4.397	13.388	99.578	0.053	22.000	0.000	2.932	0.485	0.000	0.050	30.425
828/3/1	Плов из говядины	200(160/40)	16.365	17.158	45.673	391.309	0.093	1.440	0.000	5.204	0.776	0.000	0.080	22.928
тпп	Хлеб пшеничный	50(2/25)	2.280	0.270	14.070	69.300	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	6.900
1113/3/	Компот из сухофруктов с вит.С	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	110.700	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.300
	Итого за Обед:	700	22,91	22,01	111,08	717,09	0,15	23,44	0,00	8,14	1,26	0,00	0,13	65,15
	Итого за день:	1200	45,99	45,95	184,27	1308,33	0,18	31,59	0,06	10,44	5,78	4,50	0,35	140,60
	9 день (среда)													
	Завтрак													
25/635/	Овощи порционные (помидор)*	35	0.210	0.000	1.015	4.900	0.021	8.750	0.000	0.137	0.000	0.000	0.000	4.900
тпп	Голубцы ленивые запеченые	75	9.520	8.659	7.990	147.742	0.000	0.000	0.000	1.876	0.000	0.000	0.000	0.000
стр	Соус "Бешамель"	40	1.030	2.247	2.376	34.036	0.000	0.000	0.012	0.000	0.310	0.000	0.032	2.152
940/3/1	Макаронные изделия отварные с	135(130/5)	4.656	4.022	33.238	179.595	0.075	0.000	0.030	0.927	0.776	0.000	0.080	12.867
тпп	Хлеб пшеничный	25	1.900	0.225	11.725	57.750	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	5.750
тпп	Мучное кондитерское изделие в потребительской упаковке промышленного изготовления****	40(1/40)	2.170	9.415	19.880	173.600	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
1203/3/	Чай с сахаром	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	38.490	0.000	0.100	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	5.150
	Итого за Завтрак:	550	19,69	24,57	86,27	636,11	0,10	8,85	0,04	2,94	1,09	0,00	0,11	30,82
	Обед													
87/2011	Суп с рыбными консервами	220(200/20)	5.504	7.789	16.231	160.563	0.092	14.182	0.000	2.535	1.323	0.000	0.136	23.015
тпп/104 5/3/199	Тефтели с говядиной тушеные в сметанном соусе с томатом	105(55/50)	7.625	9.612	7.709	152.022	0.000	0.038	0.020	1.876	0.679	0.000	0.070	14.604

307/3/1 998	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.840	2.596	22.145	120.278	0.118	16.500	0.000	1.842	0.970	0.000	0.100	22.450
640/3/1 998	Рыба тушеная в томате с овощами (филе минтая)	100(50/50)	13.593	11.344	4.835	174.794	0.015	1.766	0.000	4.821	0.970	0.000	0.100	29.155
423/3/1	Картофель отварной, с маслом	135(130/5)	2.752	4.162	23.285	140.517	0.161	26.867	0.030	0.134	0.450	0.000	0.046	16.284
тпп	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.360	18.760	92.400	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	9.200
113/1/3/	Кисель с вит .С	200	0.024	0.000	32.060	125.816	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.200
	Итого за Обед:	725	22,25	18,46	101,09	653,81	0,29	45,13	0,03	6,80	2,39	0,00	0,25	77,29
	Итого за день:	1185	46,09	42,00	174,64	1250,19	0,29	45,51	0,14	7,47	2,68	0,00	0,28	208,59
	3 неделя													
	13 день (понедельник)													
	Завтрак													
215/2/2	Омлет натуральный на молоке	155(150/5)	16.464	21.545	2.309	268.954	0.216	0.000	1.542	2.010	1.455	0.000	0.150	73.875
тпп	Батон нарезной	40	2.640	0.360	18.640	88.400	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
тпп	Фрукт свежий: Яблоко	180	0.720	0.000	20.340	82.800	0.018	18.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	28.800
1203/3/	Чай с сахаром	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	38.490	0.000	0.100	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	5.150
	Итого за Завтрак:	575	20,02	21,91	51,34	478,64	0,23	18,10	1,54	2,01	1,46	0,00	0,15	107,83
	Обед													
25/635/	Овощи порционные (помидор)*	35	0.210	0.000	1.015	4.900	0.021	8.750	0.000	0.137	0.000	0.000	0.000	4.900
306/3/1	Суп гороховый	250	5.900	5.440	20.960	152.850	0.071	11.500	0.000	3.483	1.940	0.000	0.200	45.900
887/3/1	Рагу из мяса птицы(филе)	205(160/45)	14.407	18.760	22.376	314.533	0.141	22.944	0.000	4.622	0.776	0.000	0.080	36.286
тпп	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.360	18.760	92.400	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	9.200
54-1хн-	Компот клюквенный	200	0.125	0.000	25.152	96.760	0.003	3.500	0.750	0.330	1.500	2.750	0.058	2.480
	Итого за Обед:	730	23,68	24,56	88,26	661,44	0,24	46,69	0,75	8,57	4,22	2,75	0,34	98,77
	Итого за день:	1305	43,71	46,47	139,60	1140,09	0,47	64,79	2,29	10,58	5,67	2,75	0,49	206,59
	14 день (вторник)													
	Завтрак													
тпп/102 9/3/199	Тефтели с говяжьей тушеные в томатном соусе	105(55/50)	7.323	5.320	7.603	107.605	0.003	0.360	0.000	0.698	0.970	0.000	0.100	7.836
572/3/1	Макароны запеченные с сыром, с	145(130/10/5)	7.550	10.833	34.261	256.953	0.077	0.301	0.052	3.636	0.582	0.000	0.060	123.986
тпп	Хлеб пшеничный	25	1.900	0.225	11.725	57.750	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	5.750
тпп	Мучное кондитерское изделие в потребительской упаковке промышленного изготовления****	40(1/40)	3.450	6.150	32.600	229.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
54-13гн-	Чай с черной смородиной с сахаром	200(172/15/13)	0.348	0.000	14.242	55.699	0.005	30.099	2.550	0.105	4.650	0.060	0.195	10.561
	Итого за Завтрак:	520	20,57	22,53	100,43	707,01	0,09	30,76	2,60	4,44	6,20	0,06	0,36	148,13
	Обед													
25/634/	Овощи порционные (огурец)*	35	0.245	0.000	0.630	3.500	0.000	3.500	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	8.050
76/2011	Рассольник ленинградский (со	255(250/5)	2.205	6.330	18.625	140.000	0.103	16.015	0.008	3.521	1.940	0.000	0.200	28.550
715/199 8	Сосиска (для детского питания) отварная с маслом	45(1/40/5)	8.190	22.540	1.995	258.600	0.000	0.000	0.030	0.000	0.000	0.000	0.000	16.850
934/3/1	Рис отварной с маслом	135(130/5)	3.341	3.906	36.221	184.214	0.037	0.000	0.030	0.211	0.841	0.000	0.087	8.549
тпп	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.360	18.760	92.400	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	9.200
54-1хн-	Компот из облепихи	200	0.225	0.000	25.327	97.260	0.008	50.000	62.500	1.250	7.500	2.250	0.350	5.980
	Итого за Обед:	765	17,25	33,14	101,56	775,97	0,15	69,52	62,57	4,98	10,28	2,25	0,64	77,18
	Итого за день:	1285	37,82	55,67	201,99	1482,98	0,24	100,28	65,17	9,38	16,48	2,31	1,00	225,31
	15 день (среда)													
	Завтрак													
25/635/	Овощи порционные (помидор)*	40	0.240	0.000	1.160	5.600	0.024	10.000	0.000	0.156	0.000	0.000	0.000	5.600

	Завтрак													
25/634/	Овощи порционные (огурец)*	30	0.210	0.000	0.540	3.000	0.000	3.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	6.900
715/199 8	Колбасные изделия(для детского питания) отварные с маслом	55(50/5)	6.065	18.625	1.045	186.050	0.000	0.000	0.030	0.000	0.000	0.000	0.000	10.100
931/3/1	Гречка отварная с маслом	135(130/5)	7.625	5.185	40.845	230.450	0.000	0.000	0.030	0.000	0.291	0.000	0.030	14.055
тпп	Хлеб пшеничный	30	2.280	0.270	14.070	69.300	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	6.900
1203/3/	Чай с сахаром	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	38.490	0.000	0.100	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	5.150
тпп	Мучное кондитерское изделие в потребительской упаковке промышленного изготовления****	40(1/40)	2.170	9.415	19.880	173.600	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
	Итого за Завтрак:	490	18,55	33,50	86,43	700,89	0,00	3,10	0,06	0,00	0,29	0,00	0,03	43,11
	Обед													
130/3/1	Салат из белокачанной капусты*	50	0,803	2,501	5,13	45,137	0,004	18,32	0,000	1,715	0,243	0,000	0,025	23,727
95/2018	Свекольник (со сметаной)	255(250/5)	2.669	6.195	17.258	135.280	0.068	16.265	0.008	3.452	1.213	0.000	0.125	39.513
828/3/1	Плов с курицей(филе)	200(160/40)	16.790	19.631	45.093	413.001	0.055	1.440	0.000	4.844	0.776	0.000	0.080	28.184
тпп	Хлеб пшеничный	30	2.280	0.270	14.070	69.300	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	6.900
1113/3/	Компот из кураги с вит. С	200(185/15)	0.500	0.000	28.150	110.500	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.300
	Итого за Обед:	735	23,04	28,60	109,67	773,22	0,13	36,03	0,01	10,01	2,23	0,00	0,23	98,62
	Итого за день:	1225	41,59	62,09	196,10	1474,11	0,13	39,13	0,07	10,01	2,52	0,00	0,26	141,73
	4 неделя													
	19 день (понедельник)													
	Завтрак													
548/1/1	Каша молочная с маслом***	155(150/5)	5.962	5.805	32.476	204.002	0.000	0.000	0.030	0.000	0.728	0.000	0.075	4.388
тпп	Батон нарезной	30	1.980	0.270	13.980	66.300	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
54-5гн- 2020	Чай с черной смородиной с медом	200(173/15/12)	0.384	0.000	11.156	43.559	0.029	33.819	2.605	0.729	41.850	150.060	4.107	220.301
тпп	Фрукт свежий: Яблоко	180	0.720	0.000	20.340	82.800	0.018	18.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	28.800
тпп	Мучное кондитерское изделие в потребительской упаковке промышленного изготовления****	30(1/30)	1.881	1.485	24.651	118.470	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
	Итого за Завтрак:	595	10,93	7,56	102,60	515,13	0,05	51,82	2,64	0,73	42,58	150,06	4,18	253,49
	Обед													
25/635/	Овощи порционные (помидор)*	35	0.210	0.000	1.015	4.900	0.021	8.750	0.000	0.137	0.000	0.000	0.000	4.900
304/3/1	Суп картофельный с пшеном	250	3.100	3.115	22.420	127.175	0.107	17.500	0.000	1.838	1.940	0.000	0.200	28.600
54-10м-	Капуста тушеная с мясом птицы (филе)	200(160/40)	14.713	19.004	13.264	281.215	0.006	83.002	0.000	5.395	0.776	0.000	0.080	105.332
тпп	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.360	18.760	92.400	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	9.200
54-1хн-	Компот клюквенный	200	0.125	0.000	25.152	96.760	0.003	3.500	0.750	0.330	1.500	2.750	0.058	2.480
	Итого за Обед:	725	21,19	22,48	80,61	602,45	0,14	112,75	0,75	7,70	4,22	2,75	0,34	150,51
	Итого за день:	1320	32,12	30,04	183,21	1117,58	0,18	164,57	3,39	8,43	46,79	152,81	4,52	404,00
	20 день (вторник)													
	Завтрак													
тпп	Котлета куриная запеченая с маслом	80(75/5)	11.430	12.248	9.446	193.723	0.000	0.000	0.030	0.670	0.970	0.000	0.100	5.450
166/201 1	Рис отварной с овощами, с маслом	135(110/20/5)	3.135	4.551	32.261	174.522	0.045	1.147	0.030	0.770	0.889	0.000	0.092	19.911
тпп	Хлеб пшеничный	25	1.900	0.225	11.725	57.750	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	5.750
1204/19	Чай с лимоном, с сахаром	200(178/15/7)	0.263	0.000	15.249	59.570	0.003	2.900	0.140	0.014	0.840	1.540	0.042	8.050

25/635/	Овощи порционные (помидор)*	35	0.210	0.000	1.015	4.900	0.021	8.750	0.000	0.137	0.000	0.000	0.000	4.900
828/3/1	Плов из говядины	200(160/40)	16.365	17.158	45.673	391.309	0.093	1.440	0.000	5.204	0.776	0.000	0.080	22.928
тпп	Хлеб пшеничный	30	2.280	0.270	14.070	69.300	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	6.900
1203/3/	Чай с сахаром	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	38.490	0.000	0.100	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	5.150
	Итого за Завтрак:	450	19,06	17,43	70,81	54,00	0,11	10,29	0,00	5,34	0,78	0,00	0,08	39,88
	Обед													
25/634/	Овощи порционные (огурец)*	30	0.210	0.000	0.540	3.000	0.000	3.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	6.900
282/3/1 998	Щи из свежей капусты, с картофелем(со сметаной)**	255(250/5)	2.184	6.140	11.132	108.930	0.053	31.015	0.008	3.468	1.940	0.000	0.200	49.700
тпп/104 5/3/199 8	Фрикадельки с говядиной тушеные в сметанном соусе с томатом	100(50/50)	9.977	8.083	7.498	146.927	0.000	0.038	0.020	0.670	0.388	0.000	0.040	13.365
445/3/1	Рагу из овощей	160	3.727	7.709	23.163	174.791	0.120	47.088	0.000	5.276	2.483	0.000	0.256	75.043
тпп	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.360	18.760	92.400	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	9.200
54-1хн-	Компот вишневый	200	0.200	0.000	26.777	102.010	0.011	0.425	0.011	0.013	2.250	4.000	0.133	3.730
	Итого за Обед:	785	19,34	22,29	87,87	628,06	0,18	81,57	0,04	9,43	7,06	4,00	0,63	157,94
	Итого за день:	1235	38,40	39,72	158,68	1132,06	0,29	91,86	0,04	14,77	7,84	4,00	0,71	197,82
	24 день (суббота)													
	Завтрак													
тпп	Котлета куриная запеченая с маслом	80(75/5)	11.430	12.248	9.446	193.723	0.000	0.000	0.030	0.670	0.970	0.000	0.100	5.450
440/3/1	Капуста тушеная	150	3.577	0.552	16.725	83.455	0.005	77.700	0.000	0.386	0.485	0.000	0.050	88.315
тпп	Хлеб пшеничный	30	2.280	0.270	14.070	69.300	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	6.900
1204/19	Чай с лимоном, с сахаром	200(178/15/7)	0.263	0.000	15.249	59.570	0.003	2.900	0.140	0.014	0.840	1.540	0.042	8.050
тпп	Мучное кондитерское изделие в потребительской упаковке промышленного изготовления****	40(1/40)	3.450	6.150	32.600	229.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
	Итого за Завтрак:	505	21,00	19,22	88,09	635,05	0,01	80,60	0,17	1,07	2,30	1,54	0,19	108,72
	Обед													
76/2011	Рассольник ленинградский (со	255(250/5)	2.205	6.330	18.625	140.000	0.103	16.015	0.008	3.521	1.940	0.000	0.200	28.550
тпп/104 4/3/199	Голубцы ленивые тушеные в соусе сметанном	125(75/50)	10.289	15.245	10.997	226.401	0.000	0.038	0.035	3.350	0.970	0.000	0.100	16.581
423/3/1	Картофель отварной, с маслом	150(145/5)	3.062	4.224	25.966	152.917	0.180	29.967	0.030	0.150	0.502	0.000	0.052	18.096
тпп	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.360	18.760	92.400	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	9.200
1131/3/	Кисель с вит .С	200	0.024	0.000	32.060	125.816	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.200
	Итого за Обед:	770	18,62	26,16	106,41	737,53	0,28	46,02	0,07	7,02	3,41	0,00	0,35	72,63
	Итого за день:	1275	39,62	45,38	194,50	1372,58	0,29	126,62	0,24	8,09	5,71	1,54	0,54	181,34
	ИТОГО ЗА Завтрак:		478,30	526,62	1888,60	14627,62	2,26	571,02	63,57	54,42	249,24	768,90	23,68	3468,35
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД (завтрак):		19,93	21,94	78,69	609,48	0,09	23,79	2,65	2,27	10,39	32,04	0,99	144,51
	ИТОГО ЗА Обед:		534,74	571,11	2351,55	16510,29	4,58	1198,11	194,79	160,02	96,12	24,25	8,15	2152,84
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД (обед):		22,28	23,80	97,98	687,93	0,19	49,92	8,12	6,67	4,01	1,01	0,34	89,70
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		1013,05	1097,73	4240,14	31137,91	6,83	1769,13	258,36	214,44	345,37	793,15	31,83	5621,18
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		42,21	45,74	176,67	1297,41	0,28	73,71	10,77	8,94	14,39	33,05	1,33	234,22
	СООТНОШЕНИЕ:		1,00	1,08	4,19									

Примечание:

* - С ноября по декабрь 2020 года допускается замена свежих порционных овощей (огурец/помидор) на консервированные овощи, такие как: огурец/помидор, икра кабачковая, зеленый горошек, сладкая кукуруза либо на салаты из свежих или отварных овощей, икра морковная, икра свекольная

** - Допускается замена свежей капусты на квашенную

*** - Для приготовления молочной каши используется крупа рисовая, пшенная, пшеничная, ячневая, овсяная.

**** - Мучные кондитерские изделия в потребительской упаковке промышленного изготовления: печенье, вафли, мини-кексы, пряники, коржики

С целью улучшения рациона питания, допускается увеличение выхода готовых блюд в пределах установленной стоимости

Литература (сборники рецептур):

Издательство "Дело и Сервис", Москва, 1998

Издательство "Дели принт", Москва, 2011

Издательство "Хлебпродинформ", Москва, 2002

Издательство "ДеЛи плюс", Москва, 2011

Издательство "Академия", Москва, 2014

Издательство "Харвест", Минск, 2006

Издательство "Дом славянской книги", Москва, 2016

Издательство "ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора ", Новосибирск, 2020

Издательство "Гидрометеиздат", Санкт-Петербург, 2000

Издательство "УОРЦП", Пермь, 2018

Издательство "Пищевая промышленность", Москва, 1976 под редакцией А.А. Покровского